

¿El cerebro de nuestros hijos necesita vacaciones?

Ángela Prieto Gil

Después de varios meses aprendiendo en la escuela, llega el verano, y con él, las vacaciones más deseadas de los pequeños de la casa. Pero, **¿qué ocurre en el desarrollo cognitivo de los niños durante estos meses? ¿Sucede en todos los niños por igual? ¿Qué actividades son necesarias para un buen rendimiento a la vuelta de las vacaciones?**

La investigación ha demostrado que los niños que durante estos tres meses de verano no promueven el aprendizaje, no consiguen progresar y **se distancian tres meses** más en el desarrollo cognitivo y en destrezas de lenguaje, de aquellos niños que sí lo hacen. Esta diferencia se va incrementando durante los años entre los niños desfavorecidos y los favorecidos, ya que suelen ser estos últimos los que más recursos tienen para seguir haciendo otras actividades en verano y continuar así su aprendizaje. En cambio, para los desfavorecidos las únicas experiencias enriquecedoras son las que reciben en la escuela, por lo que si esta actividad cesa también habrá un parón en su desarrollo.

Esto se debe a que el aprendizaje no se limita sólo a las horas que pasan los niños en la escuela, sino que se extiende a todas las experiencias del día. Por lo que también las horas no lectivas de verano influyen en el rendimiento posterior. De hecho hay evidencia de que estas **horas no escolares** son las que **marcan las diferencias en el rendimiento** escolar de los niños, ya que, normalmente las experiencias escolares son similares en todos los niños.

¿Cuánta diferencia se produce por efecto del verano?

En la figura se muestra el distanciamiento en la edad de desarrollo que se produce entre los niños de ambientes de alto riesgo y de ambientes típicos.

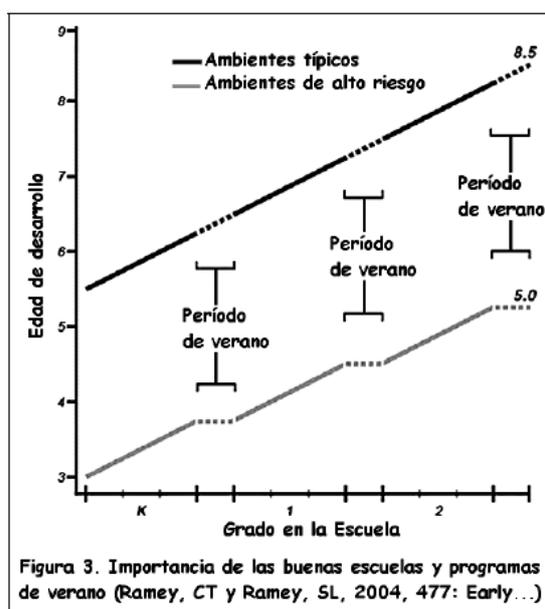


Figura 3. Importancia de las buenas escuelas y programas de verano (Ramey, CT y Ramey, SL, 2004, 477: Early...)

Se puede ver como al comienzo de la escuela ya se daba un desfase de dos años y medio (3 a 5.5), y cómo durante los primeros cursos por efecto del verano esa falla se va incrementando, llegando a un desfase de **tres años y medio** (5 a 8.5).

Y esto en una hipótesis optimista, puesto que varios autores indican que en los meses de verano no sólo hay un parón en el desarrollo sino que se da incluso un **retroceso**.

Por eso es necesario que en determinados ambientes haya una escolarización continuada, mediante cursos o actividades de verano para que se compensen estas diferencias.

¿Qué actividades promueven el aprendizaje en verano?

Por tanto, es necesario que la actividad cerebral no cese en verano, y menos aún en niños que se encuentran en entornos desfavorecidos. Aunque no es cuestión de quitarles las vacaciones, sino hacer actividades que les gusten y sean más lúdicas pero que a la vez sigan ejercitando las diversas capacidades.

Está demostrado que el cerebro se desarrolla mejor mientras más cosas diferentes le damos en que pensar, y si es a través del juego y la diversión mejor. Esto les ayudara también a la hora de volver a la rutina escolar, ya que tendrán nuevas herramientas para afrontar las materias y no les costara tanto adaptarse otra vez a las tareas escolares.

Las alternativas son muchas, desde **talleres** en museos, bibliotecas u otros estamentos, hasta **academias** o **profesores particulares**, sobre todo si hay alguna materia pendiente.

En verano se pueden seguir practicando las **actividades extraescolares**, como son los deportes, la pintura, danza, clase de música o de idiomas. También se puede alternar con los típicos cuadernillos de verano.

Una actividad muy recurrida son los **campamentos de verano**, donde se incluyen actividades variadas muy enriquecedoras (como deportes, talleres, juegos de pistas, clases de inglés...) en los que el niño podrá estar en contacto con otros niños desconocidos, fomentando así relaciones y estrategias de comunicación nuevas.

También existen (debido a las nuevas tecnologías) **páginas webs** que tienen actividades muy divertidas (como pasatiempos, puzzles, problemas de lógica, ingenio, acertijos...) y con ellos se puede desarrollar entre otras capacidades: la memoria, la imaginación, la creatividad y las estrategias de aprendizaje, y en general, la agilidad mental.

Otra actividad muy importante es la **lectura**. Unos investigadores de la Universidad de Tennessee (Estados Unidos) acaban de lanzar un estudio en el que afirman que, al dejar de leer en verano, **el cerebro retrocede entre dos y tres meses en destreza y pierde riqueza léxica**. Así que tres años sin leer en vacaciones equivalen a un año perdido de desarrollo intelectual. Otro estudio de la Universidad de California concluye que los niños que leían en sus vacaciones superaban el rendimiento académico, al regreso a clases, entre cuatro o cinco puntos porcentuales de quienes no habían leído.

Y, por último, otra forma de enriquecerse en verano son los **viajes** en familia visitando sitios nuevos, en los que se puede aprender desde la geografía de ese lugar, (con su flora, fauna, gastronomía), hasta la historia, el arte y la cultura de ese enclave visitado. Y lo que aun es más importante estarán más en contacto entre los miembros familiares, ayudándoles a reforzar la inteligencia emocional. También conocerán gente nueva, lo que es muy beneficioso para desarrollar las capacidades sociales y las habilidades de comunicación.

¡No abandones a tu cerebro por vacaciones! El no lo haría...